Télécharger

Getting Things Done : le livre culte de David Allen, enfin en français !

Aujourd'hui, la plupart des gens croulent sous leur liste de tâches et ne font pas la moitié de ce qu'ils aimeraient accomplir, au travail comme à la maison.La méthode GTD (Getting Things Done d'après le titre américain du livre) ou l'art de l'efficacité sans le stress est une méthode, ou plutôt une discipline, qui permet d'accroître vos capacités d'organisation, votre efficacité et votre créativité sans multiplier vos efforts.

Déjà appliquée dans les plus grandes entreprises internationales, elle peut transformer radicalement votre manière de vivre et de travailler.

Son principe : notre efficacité est directement proportionnelle à notre capacité à nous détendre. Si notre esprit est clair et nos idées organisées, nous pouvons améliorer nos performances sans subir de stress.

Ce livre vous apprend à :

réévaluer vos objectifs au fur et à mesure que les priorités changent,vous débarrasser du sentiment d'être débordé, anxieux, stressé, impuissant...,planifier et matérialiser vos projets,accepter de ne pas pouvoir tout faire en même temps, etc.

Grâce à ses règles pratiques et ses conseils percutants, ce best-seller international vous guidera pas à pas vers une meilleure gestion de vos priorités quotidiennes.

Écouter un extrait de la version Audiolib

Livres connexes

- Télécharger Tout pour réussir sa période décès ou de lire.

  Préparer sa période décès nécessite d'y réfléchir. Bien choisir son épitaphe demeure la seule garantie de s'assurer une immortalité. Car il faut bien se faire à l'idée que notre passage sur Terr... - lire des ebooks

- Télécharger Savoir désapprendre pour réussir ou de lire.

  Pourquoi ai-je les bras chargés d'achats que je n'envisageais absolument pas en entrant dans ce magasin ? Comment comprendre ce qu'attend de moi le monde du travail ? Pourquoi les femmes occupen... - lire des ebooks

- Télécharger Futur papa, le guide de grossesse pour nous les hommes ou de lire.

  Devenir parent, pour une femme, c'est compliqué... Et pour un homme, c'est... pareil !Devenir père, c'est une aventure extraordinaire et pleine d'émotions. Et pour vous aider à devenir un papa q... - lire des ebooks

- Télécharger Solfège Facile Pour Tous ou Comment Apprendre Le Solfège en 20 Jours !: Leçon N°20 ou de lire.

  La méthode Solfège Facile Pour Tous ou Comment Apprendre Le Solfège en 20 Jours vous offre plusieurs choix possibles :- Leçon par leçon pour ceux qui souhaitent étudier un sujet en particulier o... - lire des ebooks

- Télécharger Comment méditer et gérer le stress: Gérer son stress grâce à la méditation positive [Méditation & Relaxation pour la gestion du stress] ou de lire.

Comment gérer efficacement son stress grâce à la méditation ?Faut-il apprendre des techniques de relaxation compliquées, méditer des heures durant ? Pas forcément.Si vous cherchez un livre de 30... - lire des ebooks